

Lewensorientering Graad 6

By:

Siyavula Uploaders

Lewensorientering Graad 6

By:

Siyavula Uploaders

Online:

< <http://cnx.org/content/col11001/1.1/> >

C O N N E X I O N S

Rice University, Houston, Texas

This selection and arrangement of content as a collection is copyrighted by Siyavula Uploaders. It is licensed under the Creative Commons Attribution 3.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>).

Collection structure revised: September 7, 2009

PDF generated: February 6, 2011

For copyright and attribution information for the modules contained in this collection, see p. 53.

Table of Contents

1 Kwartaal 1	
1.1 toevoeging van bymiddels tot voedsel	1
1.2 Omgewingsprobleme	4
1.3 HIV en Vigs: 'n oordraagbare siekte	7
1.4 Mishandeling en geweld	9
2 Kwartaal 2	
2.1 Die regte en pligte van SA kinders	13
2.2 Die betekenis en waarde van 'n nasionale dag	15
2.3 Geslagsdiskriminasie in skole	17
2.4 Deurgangsrites	18
2.5 Menswaardigheid in verskeie gelowe in SA	20
3 Kwartaal 3	
3.1 Om 'n onderhoud te voer	23
3.2 Groepdruk en hantering daarvan	25
3.3 Melewing met die gemeenskap en diere	27
3.4 Onderhandelings en bemiddelingsvaardighede	29
3.5 Probleemoplossing	32
4 Kwartaal 4	
4.1 Gimnastiese bewegings	35
4.2 Die fiksheidprogram	38
4.3 Gimnastiese bewegings	47
4.4 Ritmiese beweging en patroonformasie	50
4.5 Nuwejaar	51
Attributions	53

Chapter 1

Kwartaal 1

1.1 toevoeging van bymiddels tot voedsel¹

1.1.1 LEWENSORIËNTERING

1.1.2 Graad 6

1.1.3 ‘N GESONDE LEEFWYSE

1.1.4 Module 1

1.1.5 TOEVOEGINGS (BYMIDDELS) TOT KOSSOORTE

Die gesondheidsimplikasies van toevoegings (bymiddels) in voedsel

Vir hierdie module is dit wenslik dat elke leerder ten minste een verwerkte kos-item skool toe bring, bv. ‘n pakkie aartappelskyfies, ‘n pakkie jellie en blikkieskos, bv. ingelegde perskes, geblikte ertjies, ens. Hierdie items moet verkieslik iets wees wat gereeld in hulle huishouding gebruik word.

--	--	--	--

Table 1.1

(a) Wat is voedseltoevoegings (bymiddels)?

Vanaf die vroegste tye het mense gebruik gemaak van byvoegings in kos om die smaak te verbeter of die produk langer te laat hou. Van die eerste middels wat gebruik is, was sout, suiker en asyn. Dit is eers die afgelope 30 jaar met die produksie van geprosesseerde kos dat daar ‘n dramatiese toename in die gebruik van chemiese toevoegings in kos gekom het. Die meeste van hierdie byvoegings is veilig vir menslike gebruik, maar daar is chemiese produkte wat gebruik word wat toksies of karsinogenies van aard is. Dit beteken dat van hierdie chemiese middels skadelik is vir ‘n mens en kan veroorsaak dat jy later in jou lewe kanker opdoen. Dit is ook algemeen bekend dat sekere bymiddels hiperaktiwiteit by kinders kan veroorsaak, asook allergieë, asma en migraine. Die MSG (Monosodium Glutamate) wat bv. op sekere bekende pakkies aartappelskyfies verskyn, behoort jou twee keer te laat dink. Navorsing het getoon dat MSG moontlik hiperaktiwiteit, disleksie, depressie en ander skadelike gevolge veral onder kinders kan veroorsaak. Bensoësuur (benzoic acid), sodium siklamaat (Sodium cyclamate) en kleurmiddels in rooi aanmaakkoeldrank kan ook allergieë en ander negatiewe gevolge veroorsaak.

Bymiddels is bestanddele wat bygevoeg word in kos, kosmetiese middels en verpakkingsmateriaal met die doel om die natuurlike eienskappe te wysig om sodoende stabiliteit, smaak, onkoste of vermoëns te beïnvloed.

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28536/1.1/>>.

Die inligting wat jy in hierdie module gaan kry, is nie bedoel om jou benoud te maak oor elke happie kos wat jy in jou mond sit nie, maar om jou te leer om twee keer te dink voordat jy iets goedsmoeds verorber. Wanneer jy kos koop, moet jy nie net kyk na die prys van die produk nie, maar lees ook op die verpakking WAT jy besig is om te koop. Vervaardigers word deur gesondheidsowerhede verplig om sekere inligting op verpakking aan te bring. Wanneer jy weer 'n supermark besoek, kyk gerus op hoeveel voedselverpakkings daar groot geskryf is dat dit geen MSG bevat nie. Daar is produkte wat skadelike chemiese byvoegings bevat of wat vir die verbruiker gesondheidsrisiko's inhou (dink maar aan sigarette). Dit is jou eie dommigheid om jou nie te vergewis van hierdie inligting nie. Nie-skadelike toevoegings is daardie bymidade wat van natuurlike kossoorte gemaak word. Lesitien word bv. van soja gemaak en vitamine C kom van suurlemoensap. Voedselbymiddels word soms van dierprodukte gemaak en dit hou ook implikasies in vir sekere geloofsgroepe. Die Moslems mag bv. nie produkte eet wat van varke afkomstig is of van sekere diere wat nie volgens die Islamitiese gebruik geslag is nie (Halaal).

In Europa word voedselvervaardigers volgens wet verplig om sg. E-nommers aan te bring op voedselverpakking wat aandui presies watter toevoegings gemaak is. Suid-Afrikaners behoort ook hierdie saak meer ernstig op te neem en aan te dring op volledige inligting op verwerkte produkte. Dit sal verstandig wees om die volgende bymiddels te vermy: sodiumnitraat, sakkarien, kaffeïen, oliesuur (olestra), acesulfame K, kunsmatige kleurstof en MSG.

Onthou, elke kok is eintlik 'n wetenskaplike en die koek wat hy bak of pastagereg wat hy maak, is 'n wetenskapeksperiment. Koskook is chemie in aksie met die byvoordeel dat die eindproduk geëet kan word.

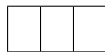


Table 1.2

Aktiwiteit 1:

Om 'n lys van voedseltoevoegings te maak

[LU 1.1]

Kyk mooi na die inligting wat op die blikkie of pakkie kos staan wat julle groep skool toe gebring het.

(a) Maak 'n lys van die inligting wat op die verpakking voorkom. (Let wel: hierdie afdelings sal nie op elke etiket verskyn nie). In Suid-Afrika word die meeste inligting slegs in Engels aangedui en is dit dus nodig dat jy ook die terme in Engels verstaan:

Bestanddele (Ingredients)

Voedingsinformatie (Nutritional information)

(b) Onderstreep nou die volgende woorde in die lys:

Geurmiddels / Flavourants

Kleurmiddels / Colourants

Aansuurmiddels / Acidifying agents

Bymiddels / Additives

Preserveermiddels / Preservatives

Omkring woorde wat jy nie verstaan nie of wat vreemd klink, bv. sodium citrate, sucrose, ens.

(c) Kies nou vyf van hierdie woorde en soek hul betekenis in 'n verklarende woordeboek op. (Julle sal 'n Afrikaanse en Engelse verklarende woordeboek moet gebruik). Indien jy byvoorbeeld die woord natriumbikarbonaat op die bakpoeierblikkie opsoek, sal jy die volgende verduideliking in die HAT vind: koeksoda.

(d) Probeer vasstel of hierdie byvoeging skadelik is. Klassifiseer woorde met die volgende tekens:

[U+F0FC] Veilig

∀ Probeer sover moontlik uitsny uit dieet

Wees versigtig

[U+F081] Sommige persone moet dit vermy

ρ Gevaarlik

1.1.6 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 1
GESONDHEIDSBEVORDERINGDie leerder is in staat om ingeligte besluite oor persoonlike, gemeenskaps- en omgewingsgesondheid te neem.
Asseseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
1.1 maniere voorstel om die voedingswaarde van eie persoonlike dieet te verbeter;
1.2 optrede evalueer om 'n omgewingsgesondheidsprobleem te hanteer;
1.3 strategieë beskryf om met siektes, insluitend MIV/vigs, saam te leef;
1.4 die persoonlike gevoelens, gemeenskapsnorme, waardes en sosiale druk bespreek wat met seksualiteit gepaardgaan.

Table 1.3

1.2 Omgewingsprobleme²

1.2.1 LEWENSORIËNTERING

1.2.2 Graad 6

1.2.3 'N GESONDE LEEFWYSE

1.2.4 Module 2

1.2.5 Omgewingsgesondheidsprobleme en optrede

Lugbesoedeling is een van daardie onsigbare vyande wat daagliks 'n nadelige uitwerking op ons het. Dit is so 'n deel van ons lewe dat ons nie meer agterkom dat ons in 'n dorp of stad lewe waar daar altyd 'n rookwolk oor ons koppe hang nie. Daar is reeds projekte aan die gang om die probleem te probeer bekamp. Ons kan ook elkeen ons beskeie deel doen om te help dat ons nie die omgewing waarin ons lewe vir die nageslagte onleefbaar maak nie.

1.2.6 Aktiwiteit 1:

1.2.7 Om vrae te beantwoord n.a.v. 'n koerantberig

1.2.8 [LU 1.2]

Lees die onderstaande koerantberig (*Die Burger*, 10 April, 2003) met aandag deur en antwoord dan die vrae daaroor.

Kaap se luggehalte het verbeter

Kaapstad – Die luggehalte in die Moederstad voldoen meestal aan die internasionale riglyne, het die stadsleiers gesê wat nou moet bontstaan oor bewerings van die grootskaalse lugbesoedeling in die metropool.

Mnr. Hans Linde, bestuurder van die lugbesoedelingsbeheer van die stadsraad, het gesê dat die luggehalte in die metropool die afgelope jaar op die korttermyn verbeter het.

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28547/1.1/>>.

Van Maart tot September oorskry die aantal partikels en ook die swaweldioksied in die lug egter dikwels die toelaatbare vlakke weens inversie-toestande.

In sulke klimaattoestande hang daar dan ‘n bruin newel oor die stad. Dit word onder meer deur voertuiguitlaatgasse veroorsaak.

Linde se kommentaar volg op die nuus dat die watergehalte in die Dieprivier naby Viessershok en die luggehalte in Morning Star tans getoets word na bewerings van lugbesoedeling in die gebied. Van die inwoners vrees dat hulle kan vergiftig word as daar nie ‘n plan beraam word met die besoedelings nie.

Mnr. Gerry Kuhn, ‘n omgewingsingenieur wat die luggehalte in die gebied bestudeer het, het gesê inwoners word onder meer aan groot hoeveelhede kwik, loodarseen en aluminium blootgestel.

Groundwork, ‘n omgewingsdrukgroep, het gesê die aluminiumvlakke in die lug is hier 3 000 keer die toelaatbare vlak.

Luidens Kuhn se studie is die vlakke van 30 van die 33 giftige elemente (waaronder kwik) hier besonder hoog. Die bron(ne) van die besoedeling is egter nog onbekend.

Kwikvergiftiging kan volgens die Wêreldgesondheidsorganisasie onder meer nierkwale en skade aan die senustelsel veroorsaak.

Die verbrandingsoond vir die mediese afval by Viessershok kan ‘n moontlike oorsaak van die besoedeling wees, het Kuhn gesê.

Buiten die oond is daar twee stortingssterreine, ‘n olieherwinningsaanleg en ‘n steenoond in die gebied.

Die Viessershok-terrein lê langs die N7 naby die Caltex-raffinadery, Table View en Morning Star. Die terrein word sedert die 1970’s as stortingsplek gebruik.

Die huurkontrak vir die huidige Sanu-med verbrandingsoond hier is in Maart 1998 toegeken.

Volgens dr. Ivan Toms, gesondheidshoof van Kaapstad, kan ‘n wetenskaplike ondersoek hierna tot ses maande duur.

Volgens mnr. Ravi Pillay van die departement van omgewingsake se afdeling oor luggehaltebeheer word die nuwe luggehaltewetgewing einde vandeemaand vir kommentaar uitgereik.

Opruimingswerk weens lugbesoedeling kos dikwels miljoene rande.

jbontuy@dieburger.com³

Beantwoord die volgende vrae:

1. Watter stad in Suid-Afrika is die Moederstad?
1. Wat beteken “metropool”? (Soek die betekenis op in ‘n verklarende woordeboek)
3. Van watter giftige gasse of elemente word in die berig gepraat?
1. Wat is “inversie-toestande”?
1. Wat dink jy kan, buiten die voertuiguitlaatgasse, ook bydra tot die groter rookwolk vanaf Maart tot September?
6. Watter ander soort besoedeling behalwe lugbesoedeling word ook hier genoem?
7. Watter siektetoestande kan deur kwikvergiftiging veroorsaak word?
8. Noem besoedelingsbronne naby Viessershok:
9. Wat word met mediese afval gedoen?
10. Watter gevare hou mediese afval in?

--	--	--

Table 1.4

³jbontuy@dieburger.com

1.2.9 Aktiwiteit 2:

1.2.10 Om 'n kaart te teken van die gebied rondom jou huis of skool

1.2.11 [LU 1.2]

Maak 'n kaart van die omgewing rondom jou skool of huis soos die een wat die ligging van Vissershok (in die Burger-berig) aandui. Identifiseer alle moontlike besoedelingsbronne in die omgewing. Gebruik 'n landkaart, 'n padkaart of 'n munisipale gebiedskaart van die omgewing, indien moontlik.

Lugbesoedeling kan deur elke individu bekamp word. Dit is nie net groot fabriek wat moet waak teen lugbesoedeling nie. Elke kind kan ook van kleins af geleer word hoe om lugbesoedeling te vermy.

Gebruik die tabel op die volgende bladsy en vul die 'n lys van huishoudelike middels of alledaagse huishoudelike gebruike wat verskillende besoedelings bevorder, aan. Dink ook hoe 'n mens dit kan bekamp.

Huishoudelike aksie	Tipe besoedeling	Omgewingsvriendelike oplossing
Gebruik van plastiek inkopiesakke	Rommelstrooi aangesien die sakke nie bio-afbreekbaar is nie	Maak gebruik van mandjies of papiersakke vir inkope

Table 1.5

1.2.12 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 1
LUISTERDie leerder is in staat om vir inligting en genot te luister en gepas en krities binne 'n wye verskeidenheid situasies te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
1.2 mondelinge tekste verstaan;
1.3 vir spesifieke inligting luister;
1.4 aandagtig luister tydens 'n bespreking.
Leeruitkomstes(LUs)
<i>continued on next page</i>

LU 1
LUISTERDie leerder is in staat om vir inligting en genot te luister en gepas en krities binne 'n wye verskeidenheid situasies te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
1.2 mondelinge tekste verstaan;
1.3 vir spesifieke inligting luister;
1.4 aandagtig luister tydens 'n bespreking.

Table 1.6

1.3 HIV en Vigs: 'n oordraagbare siekte⁴

1.3.1 LEWENSORIËNTERING

1.3.2 Graad 6

1.3.3 'N GESONDE LEEFWYSE

1.3.4 Module 3

1.3.5 HIV en VIGS: 'n oordraagbare siekte. Hoe kan dit voorkom of hanteer word?

In Suid-Afrika is meer as 3 miljoen persone tans HIV-positief. Hierdie siekte affekteer mans en vroue en kinders van alle ouderdomme, beroepe en bevolkingsgroepe in al die provinsies van ons land. Indien die huidige toename van infeksie nie afneem nie, sal een uit vier persone in die land teen die jaar 2010 HIV-positief wees. Binne 10 jaar sal die siekte weeskinders maak van 'n driekwart miljoen Suid-Afrikaanse kinders.

Hoe kan jy verhoed dat jy die dodelike virus opdoen?

Jy het reeds in graad 5 die volgende geleer:

1. Beskou die probleem in 'n ernstige lig en maak seker dat jy weet hoe die siekte versprei.
2. Maak gebruik van elke geleentheid om kennis hieroor te bekom.
3. Seks moet veilig beoefen word, maar moet in elk geval so lank as moontlik uitgestel word.
4. Moet nooit aan bloed vat nie. As iemand seerkry en bloei, roep eerder 'n volwasse persoon. As daar wel 'n kans is dat jy aan die bloed gaan raak, trek 'n plastieksakkie sonder enige gaatjies oor jou hande. Dis nog beter om plastiekhandskoene aan te trek.
5. Moet nooit enige ou spuitnaalde of naalde gebruik op enige manier nie.
6. Indien jy gaatjies in jou ore wil laat maak of 'n tatoeëermerk wil laat aanbring op jou lyf, sorg dat jy dit by 'n skoon, ordentlike plek laat doen waar die naalde gesteriliseer word.
7. Dit is beter om enige alkohol of dwelmmisbruik heeltemal te vermy, aangesien dit jou dadelik op baie maniere weerloos kan maak om jouself teen besmetting met die virus te beskerm.

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28562/1.1/>>.

1.3.6 Aktiwiteit 1:

1.3.7 Om strategieë te bespreek oor maniere waarop ‘n siektetoestand hanteer kan word

1.3.8 [LU 1.3]

Hier volg ‘n lys van maniere waarop ‘n mens ‘n ernstige siektetoestand kan hanteer sodat die siek persoon, asook die persone wat deur die siekte geraak word, op die mees positiewe manier kan voortgaan met die lewe.

Elke groep moet minstens twee van hierdie strategieë kies en dit bespreek en ook nuwe voorstelle maak ten opsigte van die hantering van die siekte.

- Win inligting oor die siekte in
- Bly altyd hoop
- Vra familieleden om te help
- Bid vir die persoon
- Klop by ‘n kliniek of hospitaal aan vir hulp
- Hou alle eetgerei skoon
- Berei spesiale kos voor vir die persoon
- Kontak die plaaslike hospitium
- Wees bedag op simptome wat kan aandui dat jy ook dalk hierdie siekte het.

1.3.9 Aktiwiteit 2:

1.3.10 Om ‘n kort toneelstuk te beplan en op te voer

1.3.11 [LU 1.3]

Beplan en voer ‘n toneeltjie op waar julle onder andere die volgende karakters uitbeeld:

1. ‘n Ernstige siek persoon
2. Dokter
3. Ma of pa van siek persoon
4. Suster of broer van siek persoon
5. Kind van die persoon
6. ‘n Geestelike persoon, bv. ‘n predikant, priester

Onthou dat julle besluit watter siekte hierdie persoon het. Vir die doel van hierdie rolspel is dit nodig om ‘n siekte te kies wat lewensbedreigend is. Bespreek na die tyd die bydrae wat elke karakter in die situasie gelewer het.

1.3.12 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
<i>continued on next page</i>

LU 1
LUISTERDie leerder is in staat om vir inligting en genot te luister en gepas en krities binne 'n wye verskeidenheid situasies te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
1.2 mondelinge tekste verstaan;
1.3 vir spesifieke inligting luister;
1.4 aandagtig luister tydens 'n bespreking.

Table 1.7

1.4 Mishandeling en geweld⁵

1.4.1 LEWENSORIËNTERING

1.4.2 Graad 6

1.4.3 'N GESONDE LEEFWYSE

1.4.4 Module 4

1.4.5 Mishandeling en geweld

1.4.6 Aktiwiteit 1:

1.4.7 Om vrae te beantwoord n.a.v. 'n koerantberig

1.4.8 [LU 1.4]

(a) Lees die koerantberig wat op 1 November 2001 in *Die Burger* verskyn het en beantwoord die vrae wat daarop volg.

⁵This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28491/1.1/>>.

Baba moet nóg operasies kry	
- JEANNE-MARIÉ VERSLUIS - Die Burger (Oos-Kaap) -Bladsy 6 -Donderdag 1 November 2001	
<p>KIMBERLEY. - Nóg operasies moet uitgevoer word op die nege maande oue babameisie van Upington, wat na bewering deur ses mans verkrag en onsedelik aangerand is. Só het me. Dipuo Peters, Noord-Kaapse LUR vir Gesondheid, gister gesê op 'n biduur by die wetgewergebou vir die baba. Politici, staatsamptenare en inwoners van die stad het dit bygewoon en emosioneel geraak terwyl gesing, gebed en kerse aangesteek is. Die meisie het reeds 'n nood-operasie van meer as drie uur in die Kimberley-hospitaal ondergaan nadat sy na bewering die afgelope naweek in Upington verkrag is. Ses mans het reeds in verband met die voorval in die hof verskyn en word aangehou. Me. Connie Seoposengwe, LUR vir Veiligheidskakeling in die Noord-Kaap, het vroeër gesê die voorval het glo Vrydag omstreeks 10 nm. in die Louisvale-woonbuurt gebeur nadat die ma (16) haar baba in 'n onbekende persoon se sorg gelaat het om kos te gaan koop. Die baba se ouma het na bewering haar bebloede kleinkind later in die huis aangetref.</p>	<p>Benewens die verdagtes is die baba se ma kort ná die voorval in verband met oproerige gedrag aangekeer. Sy was na bewering onder die invloed van sterk drank en is met R100 beboet. Bewerings van nalatigheid word teen die ma ondersoek. Peters het gister gesê die beweerde verkragting van die baba is onvergeeflik. "Dit beteken ons leef in 'n siek samelewing. Dit is die plig van elke ouer om in te gryp en te sê: Genoeg is genoeg." Peters het gesê sy het 'n drie jaar-oue meisie gister in die Kimberley-hospitaal besoek. Die kind is opgeneem nadat sy vermoedelik 'n oordosis dwelms ingekry het. 'n Ondersoek het getoon die kind het onder meer vaginale skeure. "Die 19-jarige ma van dié kind het my vertel sy is bang, omdat sy van haar stiefpa van kos en blyplek afhanklik is. Sy was op 'n manier bewus van dié misbruik omdat sy self deur die stiefpa misbruik is. Dit is skrikwekkend en dit is tyd dat ons vroue help om teen verkragting op te staan." Die polisie in die Noord-Kaap het gister ná die biduur in reaksie hierop in 'n verklaring gesê: "Die bewerings dat 'n driejarige kind in Kimberley verkrag is, is Woensdag vir die eerste keer onder die polisie se aandag gebring."</p>
	- Die Burger biblioteek -

Table 1.8

- (i) Watter wet of wette word hier oortree t.o.v. optrede teenoor minderjariges?
 - (ii) Wie is die skuldige partye in hierdie ontstellende saak?
 - (iii) Watter substansiemisbruik het onder andere aanleiding gegee tot hierdie wandaad?
 - (iv) Wat is vir jou die mees ontstellende aspek van hierdie saak?
 - (v) Wat dink jy kan gedoen word om sulke gruweldade te bekamp?
 - (vi) Indien jy weet van 'n kind wat seksueel of fisies mishandel word, wat sal jy doen?
 - (vii) As jy deur iemand mishandel word, wat sal jy doen?
 - (viii) In die berig word genoem dat net 'n klein persentasie van kindermishandeling aangemeld word. Waarom dink jy is dit so?
 - (ix) Wat dink jy is nodig om jou omgewing 'n veiliger plek vir kinders te maak?
 - (x) As jy een wens het om jou eie lewe te verbeter, wat sal dit wees?
- ONTHOU:** Daar is grootmense wat baie vir jou omgee en wat slegs die beste vir jou wil hê. As jy 'n probleem het wat jou baie ongelukkig maak of beangs laat voel, bespreek dit met jou pa of ma, 'n opvoeder, of iemand wat vir jou sal kan help. Jy kan ook *KINDERLYN* skakel as jy in die nood is. Onthou net, dit is 'n ernstige saak en jy moet nooit die Kinderlyn net vir die grap skakel nie.

1.4.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 1
LUISTER Die leerder is in staat om vir inligting en genot te luister en gepas en krities binne 'n wye verskeidenheid situasies te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
1.2 mondelinge tekste verstaan;
1.3 vir spesifieke inligting luister;
1.4 aandagtig luister tydens 'n bespreking.

Table 1.9

Chapter 2

Kwartaal 2

2.1 Die regte en pligte van SA kinders¹

2.1.1 LEWENSORIËNTERING

2.1.2 Graad 6

2.1.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.1.4 Module 5

2.1.5 DIE REGTE EN PLIGTE VAN SUID-AFRIKAANSE KINDERS

2.1.6 Die regte en pligte van Suid-Afrikaanse kinders

Dit is belangrik om te weet dat elke Suid-Afrikaner - dit maak nie saak hoe oud of jonk hy of sy is nie - 'n spesiale persoon is wat die reg het om in vrede en veiligheid te lewe. Kinders het die reg tot 'n goeie opvoeding en ruimte om hulle eie besondere persoonlikheid en talente te ontwikkel. Maar regte en voorregte kan net "opgeëis" word as jy bereid is om die verantwoordelikheid wat daarmee saamgaan ook te aanvaar. Slegs deur jou pligte na te kom, mag jy aanspraak maak op jou regte.

2.1.7 Aktiwiteit 1:

2.1.8 Om 'n speletjie oor regte en verantwoordelikhede te speel

2.1.9 [LU 2.1]

Hierdie werkopdrag is eerder 'n speletjie, maar tog sal dit maak dat jy in 'n japtrap al jou regte en voorregte op die punte van jou vingers ken!

Elke groep moet 'n stel van 24 speelkaarte maak met die regte en pligte daarop. Elke kaart het dus een reg of plig netjies en leesbaar daarop uitgeskryf. Die agterkante van al die kaarte van die stel moet dieselfde lyk.

'n Paar wenke:

- Gebruik manilla-karton om die kaarte te maak.
- Bring 'n stel speelkaarte van die huis om as template te dien.
- Wees oorspronklik.
- Maak 'n rekenaaruitdruk van die regte en pligte in 'n groot lettertype om leesbaarheid te verseker.

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28660/1.1/>>.

- Vir 'n superpak wat lank sal netjies bly, kan die kaarte aan beide kante met kleefplastiek oorgetrek word.

Verskillende moontlikhede vir speletjies:

1. Speel "Snap": die ooreenstemmende reg- en pligkaart vorm 'n paar. Die speler met meeste pare wen.
2. Elke speler moet 'n kaart uit die pak trek en dan vir 30 sekondes daaroor praat. Aan die einde van 'n rondte stem almal wie sy of haar 30 sekondes die beste benut het.
3. Speel "Pictionary" : Verdeel die groep in twee spanne: Een speler trek 'n kaart en moet dan 'n prentjie teken wat die inhoud van sy kaart weergee. Die ander spelers moet probeer raai na watter reg of plig dit verwys. Elke span trek aan die begin 12 kaarte. Die eerste span wat korrek deur sy 12 kaarte gewerk het, is die wenner.
4. "Charades" Hierdie spel werk amper net soos 'Pictionary'. Hier trek 'n speler ook 'n kaart, maar moet deur mimiek die kaart verduidelik. Die res van sy spanmaats moet dan die raaiwerk doen. Elke span werk ook deur 12 kaarte en die eerste span wat al die kaarte reg geïdentifiseer het, is die wenners. 'n Goeie wenk is om voor die tyd op 'n gebaar te besluit vir 'n reg (bv. 'n viva-vuis) en 'n gebaar vir 'n plig (bv. 'n vingerwysing), Hier volg die regte en pligte wat op die kaarte moet verskyn. (Onthou: julle moet dit nie op julle speelkaarte nommer nie).

Regte van leerders:

1. Om opgevoed te word en om geestelik en fisiek te ontwikkel.
2. Om deur volwassenes versorg en gelei te word.
3. Om regverdig en met respek behandel te word.
4. Om toegang te hê tot inligting.
5. Om die kans te hê om 'n bydrae te lewer in die gemeenskap.
6. Om binne 'n veilige omgewing te wees wat leer verseker.
7. Om teen jou eie pas te ontwikkel.
8. Om na die hoogste standaarde te mik.
9. Om soos 'n individu behandel te word.
10. Om deur opgeleide opvoeders onderrig te word.
11. Om onderrig te kry en te mag praat in die taal van jou keuse.
12. Om toegelaat te word om jou kultuur en geloofsoortuigings uit te leef.

Pligte van leerders:

1. Om te luister, te leer en bereid te wees om opgevoed te word.
2. Om volwassenes te respekteer en te ondersteun.
3. Om ander met waardigheid en respek te behandel en ingestel te wees om hulle regte te beskerm.
4. Om ander toe te laat en te help om te kommunikeer.
5. Om saam met ander onderrig te word en hulle ook te help leer.
6. Om met ander saam te werk en 'n veilige omgewing te verseker.
7. Om verskille in ander mense waar te neem, toe te laat en te respekteer.
8. Om toegang tot inligting te soek en fluks te werk.
9. Om ander as individue te respekteer.
10. Om bereid te wees om opgevoed te word, saam te werk en met konsentrasie te luister.
11. Om te leer om ander se taalverskille te aanvaar.
12. Om bereid te wees om ander se kultuur en geloofsoortuigings te aanvaar, te respekteer en te help beskerm.

2.1.10 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 2
SOSIALE ONTWIKKELING Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
2.1 nadink oor eie toepassing van kinderregte soos uiteengesit in die Suid-Afrikaanse grondwet;
2.2 die belangrikheid van 'n nasiebouprogram wat met 'n nasionale dag gepaardgaan, bespreek en evalueer;
2.3 die uitwerking van geslagstereotipering, seksisme en mishandeling op persoonlike en sosiale verhoudings bespreek;
2.4 die betekenis en persoonlike en sosiale belangrikheid van belangrike stadiums in die individu se lewe in 'n verskeidenheid kulture vertolk;
2.5 menswaardigheid in 'n verskeidenheid gelowe in Suid-Afrika bespreek.

Table 2.1

2.2 Die betekenis en waarde van 'n nasionale dag²

2.2.1 LEWENSORIËNTERING

2.2.2 Graad 6

2.2.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.2.4 Module 6

2.2.5 Die betekenis en waarde van 'n nasionale vakansiedag

As jy na 'n Suid-Afrikaanse dagboek of kalender kyk, sien jy gou raak dat daar 12 publieke vakansiedae opsy gesit is vir die viering van spesiale dae, of die herdenking van belangrike historiese geleenthede, of die erkenning van 'n besondere groep mense. Van hierdie dae is bv. Menseregtedag in Maart, Gesinsdag in Maart of April, Werkersdag in Mei en Vrouedag in Augustus.

Vir leerders op skool is Jeugdag op 16 Junie 'n spesiale dag omdat daar juis gefokus word op die betekenis en waarde van die jongmense in ons land.

Op 16 Junie 1976 het duisende skoolkinders in Soweto betoog teen 'n onregverdigende onderwysstelsel wat in daardie stadium in ons land in gebruik was. Konfrontasie met die polisie het tot die tragiese dood van baie jeugdiges gely. 16 Junie is vir jare as Sowetodag onthou, maar is nou 'n amptelike openbare vakansiedag wat Jeugdag genoem word.

'n Gedig hieroor is destyds deur 'n jong Suid-Afrikaanse digter (Ingrid Jonker : *Versamelde werke*, Kaapstad : Human en Rousseau, 1994) geskryf. Dit het baie mense diep geraak en is ook deur die eertydse president Nelson Mandela aangehaal tydens 'n belangrike toespraak. Die opvoeder kan hierdie gedig vir julle voorlees.

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28663/1.1/>>.

2.2.6 Aktiwiteit 1:

2.2.7 Om Jeugdag by die skool te vier

2.2.8 [LU 2.2]

Hoe dink jy kan Jeugdag op 'n spesiale manier by julle skool gevier word?

Wenke:

- Dink aan die verloop van 'n saalbyeenkoms.
- Toepaslike sprekers.
- Die besoek van 'n jongmens wat vir die jeug spesifiek iets sal beteken.
- Deelname van musiek-, dans- of dramagroep.
- 'n Spesiale toneelstuk deur die leerders.
- Leerders van ander skole in jou dorp of stad.
- Maak van plakkaat of kunswerke met Jeugdag as tema.

2.2.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 2
SOSIALE ONTWIKKELING Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
2.1 nadink oor eie toepassing van kinderregte soos uiteengesit in die Suid-Afrikaanse grondwet;
2.2 die belangrikheid van 'n nasiebouprogram wat met 'n nasionale dag gepaardgaan, bespreek en evalueer;
2.3 die uitwerking van geslagstereotipering, seksisme en mishandeling op persoonlike en sosiale verhoudings bespreek;
2.4 die betekenis en persoonlike en sosiale belangrikheid van belangrike stadiums in die individu se lewe in 'n verskeidenheid kulture vertolk;
2.5 menswaardigheid in 'n verskeidenheid gelowe in Suid-Afrika bespreek.

Table 2.2

2.3 Geslagsdiskriminasie in skole³

2.3.1 LEWENSORIËNTERING

2.3.2 Graad 6

2.3.3 'N GESONDE LEEFWYSE

2.3.4 Module 7

2.3.5 Geslagsdiskriminasie in skole

Soos julle in graad 5 geleer het toe julle die Manifest van Menseregte bespreek het, asook die regte van kinders in Suid-Afrika, is dit onwettig en onregverdig om te diskrimineer teen mense op grond van hulle kleur, geslag, taal of geloofsoortuigings. Dit is belangrik dat leerders en opvoeders in skole daarop bedag is dat hulle nie een geslag bevoordeel of benadeel ten koste van die ander geslag nie. Verskille kan gerespekteer word, maar mag nie die rede word om teen seuns of meisies te diskrimineer nie.

Geleenthede waar diskriminasie kan plaasvind:

- Leiersposisies in skole
- Deelname aan sportsoorte
- Stereotipering van seuns of meisies
- Vakkeuses

2.3.6 Aktiwiteit 1:

2.3.7 Om onderwerpe oor geslagsdiskriminasie te bespreek

2.3.8 [LU 2.3]

- Elke groep kry een van die vier bogenoemde onderwerpe en bespreek of geslagsdiskriminasie op enige van die volgende gebiede in julle skool plaasvind. Maak ook voorstelle oor hoe sulke diskriminasie in skole hokgeslaan kan word.

2.3.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 2
SOSIALE ONTWIKKELING Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.
<i>continued on next page</i>

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28690/1.1/>>.

Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
2.1 nadink oor eie toepassing van kinderregte soos uiteengesit in die Suid-Afrikaanse grondwet;
2.2 die belangrikheid van 'n nasiebouprogram wat met 'n nasionale dag gepaardgaan, bespreek en evalueer;
2.3 die uitwerking van geslagstereotipering, seksisme en mishandeling op persoonlike en sosiale verhoudings bespreek;
2.4 die betekenis en persoonlike en sosiale belangrikheid van belangrike stadiums in die individu se lewe in 'n verskeidenheid kulture vertolk;
2.5 menswaardigheid in 'n verskeidenheid gelowe in Suid-Afrika bespreek.

Table 2.3

2.4 Deurgangsrites⁴

2.4.1 LEWENSORIËNTERING

2.4.2 Graad 6

2.4.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.4.4 Module 8

2.4.5 Die betekenis en belangrikheid van verskillende stadiums in 'n persoon se lewe (deurgangsrites) binne verskeie kulture in Suid-Afrika

Deurgangsrites het te make met persoonlike geleenthede wat ons vier. Dit verwys na belangrike mylpale in ons lewens, bv. geboorte, mondigwording, die huwelik en die dood.

Hoewel hierdie gebeure baie persoonlik is, het dit ook dikwels betekenis vir die groep of gemeenskap waarbinne dit gebeur. Die spesifieke seremonies wat verband hou met hierdie rites, word gewoonlik bepaal deur die kultuur en godsdienst van die groep. Tradisie speel hier 'n groot rol.

In die tabel is 'n kort opsomming van vier verskillende kulture se gebruike rondom 'n deurgangsrite.

a) Geboorte

Christelike gebruike	Doop: 'n Heilige sakrament waartydens 'n mens water op sy / haar kop gedrup kry.
Moslemgebruike	Doepmal: Allah se naam word in die Moslem-baba se oor gebluitster net na hy/sy gebore is. 'n Gebed, die Athaan, word gedoen.
<i>continued on next page</i>	

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28742/1.1/>>.

Zoeloe-gebruike	Plek van eerbied: Die naelstring van 'n Zoeloe-baba word onder 'n boom begrawe. Dit bly altyd 'n spesiale plek vir daardie kind en bind hom/haar op 'n spesiale manier aan die natuur.
Joodse gebruike	Bris: dit is die besnydenis van seuntjies deur 'n Rabbi, 'n paar dae na die geboorte.

Table 2.4

b) Mondig- of volwassewording

Christelike gebruike	Belydenis van geloof: In baie Christelike kerke neem jongmense die geloof as verantwoordelike volwassenes aan.
Hindoe-gebruike	Dra van Sari : Na die aanvang van puberteit mag meisies 'n Sari na funksies en godsdienstige plegtighede begin dra.
Ndebele-gebruike	Wela: elke vier jaar tussen April en Junie, in 'n volmaanfase, word jong Ndebele mans met die seremonie ingewy. "Wela" beteken 'om die rivier oor te steek' en verwys spesifiek na hulle besnydenis. Hulle word ook onderrig in die kennis van die stam en sy oeroue rituele.
Joodse gebruike	Barmitzwa: Seuns vier op 13 hulle volwassewording deur die voorlees van die Heilige Torah tydens die Sabbatsdiens. In die Gereformeerde Joodse geloof vier meisies van twaalf hulle barmitzwas tydens 'n diens in die sinagoge.

Table 2.5

2.4.6 Aktiwiteit 1:**2.4.7 Om oor verskillende tradisies in die gemeenskap te gesels****2.4.8 [LU 2.4]**

Die eerste twee tabelle is vir julle ingevul. Julle moet nou onder mekaar gesels oor tradisies in julle kulturele gemeenskap en gaan vasstel wat ander kultuurgroepe se gebruike is en dan self die laaste twee tabelle voltooi.

- Huwelik

d) Die dood

2.4.9 Aktiwiteit 2:**2.4.10 Om kulturele seremonies en rites uit te beeld****2.4.11 [LU 2.4]**

Opsionele werksopdrag:

Leerders kan gerus sekere van die kleurvolle seremonies en rites van hulle kultuur kom demonstreeer of uitbeeld in die klas. Spesiale kos of geregte wat hulle tydens so 'n seremonie eet, kan as voorbeeld van kulturele gebruike dien. Sommige kulture het pragtige klere wat tydens seremonies gedra word – hou 'n spesiale vertoning van hierdie kleredrag.

2.4.12 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 2
SOSIALE ONTWIKKELING Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
2.1 nadink oor eie toepassing van kinderregte soos uiteengesit in die Suid-Afrikaanse grondwet;
2.2 die belangrikheid van 'n nasiebouprogram wat met 'n nasionale dag gepaardgaan, bespreek en evalueer;
2.3 die uitwerking van geslagstereotipering, seksisme en mishandeling op persoonlike en sosiale verhoudings bespreek;
2.4 die betekenis en persoonlike en sosiale belangrikheid van belangrike stadiums in die individu se lewe in 'n verskeidenheid kulture vertolk;
2.5 menswaardigheid in 'n verskeidenheid gelowe in Suid-Afrika bespreek.

Table 2.6

2.5 Menswaardigheid in verskeie gelowe in SA⁵

2.5.1 LEWENSORIËNTERING

2.5.2 Graad 6

2.5.3 REGTE EN VERANTWOORDELIKHEDE

2.5.4 Module 9

2.5.5 MENSWAARDIGHEID IN VERSKEIE GELOWE IN SUID-AFRIKA

Menswaardigheid en respek vir mekaar is so belangrik dat dit in ons land se handves neergeskryf is: “menswaardigheid, die bereiking van gelykheid en die bevordering van menseregte en vryheid”.

Ons het 'n handves wat kulturele en geloofsverskille (diversiteit) erken. Die fondament waarop alle godsdienste gebou is, is die intensie om goed te doen. Hierdie baie belangrike waarde help alle mense om so te lewe dat hulle mekaar kan help en respekteer.

Soos julle reeds in grade 4 en 5 geleer het, het Suid-Afrika 'n ryk verskeidenheid van verskillende gelowe en godsdienste. Ons kom dikwels mense teë wat ander klere dra as die normale kleredrag, byvoorbeeld 'n non in haar wit en swart nonnekleed, of 'n Joodse seun wat 'n klein hoedjie (*kippa* of *yarmulka*) op sy kop

⁵This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28764/1.1/>>.

het of miskien 'n Moslem-meisie met 'n sjaal (*hijab*) wat haar hare bedek. Dit is belangrik vir ander om so 'n persoon te respekteer, maar ook om te weet waarom so 'n persoon hierdie spesiale klere dra en wat hulle daarmee sê. 'n Mens behoort glad nie vir so 'n persoon te lag of hom/haar te terg nie. Jy tas daardeur sy menswaardigheid aan, maar wys ook terselfdertyd jou eie onkunde.

2.5.6 Aktiwiteit 1:

2.5.7 Om aktiwiteite oor verskillende geloofsgroepe uit te voer

2.5.8 [LU 2.5]

Klasopdrag

Stap een:

- a) Alle leerders word aangemoedig om foto's of prente klas toe te bring waarop 'n sekere godsdiens of geloof deur kleredrag uitgebeeld word.
 - b) Sorteër met behulp van die opvoeder en kundige maats die prente in verskillende geloofsgroepe.
 - c) Leerders wat kundig is oor 'n spesifieke geloof, moet veral aangemoedig word om hulle kennis met die klas te deel.
 - d) Maak 'n *collage* op 'n groot plakkaat wat julle dan teen die bord vassit.
 - e) Onthou om die opskrifte van die verskillende gelowe by die toepaslike prente te skryf.
- Stap twee:

- Maak 'n kolom langsaan op die swartbord en beskryf kortliks die kleredrag van elke geloofsgroep wat julle geïdentifiseer het.

2.5.9 Aktiwiteit 2:

2.5.10 Om 'n brief te skryf oor respek vir ander se gelowe

2.5.11 [LU 2.5]

Individueel

Jy het gesien 'n maat lag vir 'n non wat oor die pad loop. Skryf 'n kort briefie op jou e-pos om vir jou maat te verduidelik waarom die non so aantrek en wat daar in ons grondwet staan om te sorg dat almal se godsdiens of geloof gerespekteer moet word.

Wenk:

Bring gerus 'n plakkaat met die land se Handves van Menseregte op die klasmuur aan.

2.5.12 Aktiwiteit 3:

2.5.13 Om ander persone se beskouings te respekteer

2.5.14 [LU 2.5]

Individueel

Lees die onderstaande sinne deur en dink waarom jy dinge wat jou maats se ouers hulle nie toelaat nie, moet respekteer.

- a) Mose Levin mag nie hamtoebroodjies eet nie.
- b) Sannie Bantjies mag nie op Sondae hokkie speel nie.
- c) Shareen Shariëk mag nie bedags eet in die maand van Ramadaan nie,
- d) Jan Swanepoel moet elke Sondag Sondagskool toe gaan voordat hy mag gaan speel.

Stap een:

Aan watter geloof behoort die kinders hierbo genoem?

- a)
- b)
- c)
- d)

Stap twee:

- Hoe moet ek verduidelik dat hierdie persone gerespekteer moet word as een van my maats hulle terg?

2.5.15 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 2
SOSIALE ONTWIKKELING Die leerder is in staat om begrip van en toewyding aan grondwetlike regte en sosiale verantwoordelikhede, asook begrip vir diverse kulture en gelowe te toon.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
2.1 nadink oor eie toepassing van kinderregte soos uiteengesit in die Suid-Afrikaanse grondwet;
2.2 die belangrikheid van 'n nasiebouprogram wat met 'n nasionale dag gepaardgaan, bespreek en evalueer;
2.3 die uitwerking van geslagstereotipering, seksisme en mishandeling op persoonlike en sosiale verhoudings bespreek;
2.4 die betekenis en persoonlike en sosiale belangrikheid van belangrike stadiums in die individu se lewe in 'n verskeidenheid kulture vertolk;
2.5 menswaardigheid in 'n verskeidenheid gelowe in Suid-Afrika bespreek.

Table 2.7

Chapter 3

Kwartaal 3

3.1 Om 'n onderhoud te voer¹

3.1.1 LEWENSORIËNTERING

3.1.2 Graad 6

3.1.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.1.4 Module 10

3.1.5 Vermoëns, aanleg, belangstelling, sterk punte en selfbeeld

'n Onderhoud

3.1.6 Aktiwiteit 1:

3.1.7 Om 'n onderhoud te voer

3.1.8 [LU 3.1]

Werk in pare

Verbeel jou jy is 'n joernalis wat by die **SARIE** of **INSIG** werk. Jy moet 'n onderhoud voer om vir jou lesers 'n kykie in die lewe en persoonlikheid van 'n "bekende" persoon te gee. Ruil dan die rolle om. Dis belangrik om jou eie identiteit te behou vir die onderhoud. Jy is immers self 'n belangrike en unieke persoon. Dis nie nodig om Mark Shuttleworth te wees om "iemand" te wees nie.

Hier volg die lys vrae wat jy in die onderhoud gaan gebruik. Jy kan gerus nog verdere vrae byvoeg as jy weet die persoon met wie jy 'n onderhoud voer, het sekere kenmerke wat nie hierin gedek word nie.

1. Waar is jy gebore?
2. Wat is jou huistaal?
3. Kan jy ook ander tale praat?
4. Wat is jou geliefkoosde kleur?
5. Wat eet jy graagste?
6. Watter fliek het jy meeste geniet? Hoekom?
7. Watter webruimte besoek jy meeste? (Indien van toepassing)
8. Wie is vir jou 'n rolmodel? Waarom?
9. Wat is jou beste eienskap?

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28780/1.1/>>.

10. Wat is jou slegste eienskap?
11. Watter jaar in jou lewe was jou beste jaar tot dusver? Gee redes.
12. Wat maak jou woedend?
13. Wat is die beste geskenk wat jy nog ontvang het?
14. As jy op 'n eiland gestrand is en jy kan een mens by jou hê, wie sal dit wees? Hoekom?
15. Sien jy jouself ten eerste as sportmens, akademiese mens of kultuurmens? Hoekom dink jy so?
16. Watter van jou prestasies op die bogenoemde gebiede staan vir jou uit?
17. Watter beroep sal jy volg wanneer jy klaar is met skool?
18. Wie of wat inspireer jou om jou beste te lewer?
19. Wat is jou beste fisiese eienskap?
20. Wat is jou slegste of swakste fisiese eienskap?
21. As jy een ding aan jou liggaam kan verbeter, wat sal dit wees?
22. Wat is jou grootste droom vir Suid-Afrika se toekoms?
23. Wat wil jy nog bereik in die lewe?
24. As jy een wens kry by die "wensfeetjie", wat sal dit wees? (Onthou, die antwoord mag nie wees "dat al my wense sal waar word" nie.)
25. As jy in die jaar 3003 die aarde sou kon besoek, wat verwag jy om hier aan te tref?

Groepbespreking

Na afloop van die onderhoude kan die klas terug rapporteer en met die opvoeder se leiding sommige van die antwoorde (positief of negatief) bespreek. Indien daar genoeg tyd is, kan een of meer van die interessantste onderhoude voor die hele klas herhaal word.

3.1.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 3
Persoonlike ontwikkelingDie leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te brei ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
<ul style="list-style-type: none"> • oor sy/haar eie vermoëns, aanleg, belangstellings en sterk punte, asook selfbeeld, besin;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik hoe om in verskillende situasies op groepdruk te reageer;
<i>continued on next page</i>

<ul style="list-style-type: none"> • deernis toon deur vir mense en diere om te gee;
<ul style="list-style-type: none"> • die vaardigheid toon om in verskillende konfliktsituasies die vrede te behou en as bemiddelaar op te tree;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik wat geleer is deur oor eie ervaring met betrekking tot selfbestuursvaardighede na te dink;
<ul style="list-style-type: none"> • 'n verskeidenheid probleemoplossings-vaardighede vir verskillende kontekste beskryf en kies.

Table 3.1

3.2 Groepdruk en hantering daarvan²

3.2.1 LEWENSORIËNTERING

3.2.2 Graad 6

3.2.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.2.4 Module 11

3.2.5 Groepdruk en hantering daarvan

3.2.5.1 Aktiwiteit 1:

3.2.5.2 Om deur middel van rolspel emosies uit te beeld

3.2.5.3 [LU 3.2]

Groepgedrag

3.2.5.4 Rolspel

Die onderwyser skryf die volgende situasies op stukkies papier, gooi dit in 'n papiersak en elke groep trek 'n onderwerp daaruit.

Moontlike situasies word hieronder beskryf (die opvoeder kan ook meer of ander situasies uitdink wat betrekking het op die lewensomstandighede van die leerders).

LW: Dit is belangrik dat die emosies of gevoelens van al die rolspelers uitgebeeld word. Let daarop dat in sommige van die situasies aggressiewe optrede uitgebeeld sal word. Dit is belangrik dat die leerders goed sal nadink oor effektiewe maniere om hierdie aggressiewe gedrag binne die rolspel te hanteer.

In al die tonele kom probleemsituasies voor. Ten minste een van die rolspelers moet met 'n positiewe oplossing vir die situasie na vore kom.

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28781/1.1/>>.

1. Die hoofkarakter word uitgenooi na 'n partytjie wat 'n oorslaapnaweek by 'n maat is. Die maat se ouers is oorsee. Al die partye weet dit. 'n Paar vriende het al ingestem om die partytjie by te woon. Hulle plaas druk op die hoofkarakter om ook te kom.

Rolverdeling:Hoofkarakter (seun of meisie)

Pa

Ma

Ouer broer(s) en/of suster(s)

1. 'n Paar maats kom nà skool na jou en vra of jy nie saam met hulle sal kom dagga rook in 'n verlate klubhuis op die golfbaan nie. Hulle het dit al dikwels gedoen en sê slegs “sissies” is nie bereid om te eksperimenteer nie.

Rolverdeling:

Hoofkarakter (seun of meisie)

'n Groep maats (seuns en meisies van grade 6, 7 en 8)

1. Die twee “koelste” leerders in graad 6 spreek af om pouse in die aantrekkamers agter die verhoog saam te rook. Hulle nooi 'n paar ander graad sesse om te kom deel in die “avontuur”.

Rolverdeling:

Hoofkarakters (seuns of meisies)

'n Groep maats (seuns en meisies van graad 6)

1. 'n Paar van die “koel” ouer ouens (bendeleders) in die buurt vra twee graad 6-leerders om die aand saam met hulle “graffiti” te gaan verf op 'n ander bendegroep se skuilplek.

Rolverdeling:

Hoofkarakters (seuns of meisies)

Twee maats (seuns en meisies van graad 6)

LW: Algemene klasbespreking na afloop van hierdie rolspel is uiters belangrik. Die leiding en die houding van die opvoeder sal die sukses en die erns van hierdie onderwerpe bepaal.

3.2.6 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 3
Persoonlike ontwikkelingDie leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te brei ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
<i>continued on next page</i>

Dit is duidelik wanneer die leerder:
<ul style="list-style-type: none"> • oor sy/haar eie vermoëns, aanleg, belangstellings en sterk punte, asook selfbeeld, besin;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik hoe om in verskillende situasies op groepdruk te reageer;
<ul style="list-style-type: none"> • deernis toon deur vir mense en diere om te gee;
<ul style="list-style-type: none"> • die vaardigheid toon om in verskillende konfliktsituasies die vrede te behou en as bemiddelaar op te tree;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik wat geleer is deur oor eie ervaring met betrekking tot selfbestuursvaardighede na te dink;
<ul style="list-style-type: none"> • 'n verskeidenheid probleemoplossings-vaardighede vir verskillende kontekste beskryf en kies.

Table 3.2

3.3 Melewing met die gemeenskap en diere³

3.3.1 LEWENSORIËNTERING

3.3.2 Draad 6

3.3.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.3.4 Module 12

3.3.5 Meelewing met die gemeenskap en diere

Berig 1:

Die Ratels kuier by die DSV

Die graad 3-penkoppe-spannetjie van die Stellenbosse Voortrekkers, die Ratels, het die Stellenbosch Dieresorgvereniging (DSV) besoek en gehelp om die honde wat geskut word, kos te gee. Dit is gedoen as deel van hulle omgeeprojek in die plaaslike gemeenskap.

Eikestadnuus, 21 Junie 2002

Berig 2:

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28782/1.1/>>.

3.3.5.1 Plant ‘n Hoop-tuin om te wys dat jy omgee

Die Vigs-bewustheidstrikkie, of rooi strikkie, is ‘n simbool van solidariteit en is ‘n teken van toewyding in die stryd teen Vigs. Wys dat jy omgee en plant ‘n Hoop-tuin.

3.3.5.1.1 Wat jy benodig

- ‘n Stukkie kaal grond in die tuin
- ‘n Paar pakkies van jou gunsteling blomsaad
- ‘n Stok, en
- ‘n Hark

3.3.5.1.2 Metode:

- Hark die grond mooi gelyk
- Gebruik die stok om ‘n groot Vigs-strik in die akker te trek
- Saai/plant die saad
- Tik die grond met die plathand vas
- Maak liggies (en gereeld) nat
- Hou dop hoe jou tuin groei!

Uit *Sunday Times*, 2 June 2002

3.3.6 Aktiwiteit 1:

3.3.7 Om maniere te identifiseer waarop daar in die omgewing ‘n verskil gemaak kan word

3.3.8 [LU 3.3]

Klasopdrag

Die twee beriggies hierbo is maar net twee maniere waarop leerders kan wys dat hulle regtig omgee vir hulle medemens en diere. Identifiseer maniere waarop julle in julle omgewing ‘n verskil kan maak deur te wys dat julle omgee. Plaaslike koerante plaas graag berigte en foto’s van skole wat moeite doen om die wêreld vir almal ‘n beter plek te maak. Julle kan hierdeur ook as goeie ambassadeurs vir julle skool optree!

3.3.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 3
Persoonlike ontwikkelingDie leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te brei ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.
<i>continued on next page</i>

Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
<ul style="list-style-type: none"> • oor sy/haar eie vermoëns, aanleg, belangstellings en sterk punte, asook selfbeeld, besin;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik hoe om in verskillende situasies op groepdruk te reageer;
<ul style="list-style-type: none"> • deernis toon deur vir mense en diere om te gee;
<ul style="list-style-type: none"> • die vaardigheid toon om in verskillende konfliktsituasies die vrede te behou en as bemiddelaar op te tree;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik wat geleer is deur oor eie ervaring met betrekking tot selfbestuursvaardighede na te dink;
<ul style="list-style-type: none"> • 'n verskeidenheid probleemoplossings-vaardighede vir verskillende kontekste beskryf en kies.

Table 3.3

3.4 Onderhandelings en bemiddelingsvaardighede⁴

3.4.1 LEWENSORIËNTERING

3.4.2 Graad 6

3.4.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.4.4 Module 13

3.4.5 Onderhandelings- en bemiddelingsvaardighede

Leerders het reeds deur die rolspel in die groepdrukopdrag te doen gekry met onderhandelings om by vreed-same oplossings uit te kom.

Hier is nou 'n paar begrippe, meesal uit die politieke wêreld, wat verskillende onderhandelingsmetodes beskryf:

- Ubuntu
- Détente

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28783/1.1/>>.

- Bosberaad
- Onderhandeling
- Samesprekings
- Bemiddeling
- Dinkskrum
- Indaba

3.4.5.1 Aktiwiteit 1:

3.4.5.2 Om ‘n plakkaat te ontwerp waarop die betekenis van ‘n onderhandelingsbegrip uitgebeeld word

3.4.5.3 [LU 3.4]

Groepopdrag

Elke groep kry een begrip om na te vors. Dit sal ‘n goeie plan wees om by die woordeboek te begin. Aan die einde van die opdrag moet elke groep ‘n plakkaat maak waarop die betrokke woord en die betekenis daarvan geskryf is. Probeer een voorbeeld uit ons land se politieke geskiedenis kry (kyk in koerante en op die Internet). Daar is heelwat foto’s in koerante wat ook sal help om die begrip uit te bou. Elke groepleier moet sy plakkaat en begrip aan die res van die klas verduidelik.

Suksesvolle selfbestuur

Onder die begrip **selfbestuur** verstaan ons om verantwoordelik te wees vir jouself en vir ‘n gesonde balans in jou lewe sodat jy ‘n gelukkige en gesonde jongmens kan wees.

Effektiewe tydbestuur is baie belangrik. Dit beteken om genoeg tyd in te ruim om jou met verskillende dinge besig te hou op so ‘n manier dat ‘n mens van ‘n “gebalanseerde” program kan praat.

3.4.5.4 Aktiwiteit 2:

3.4.5.5 Om ‘n tabel oor selfbestuur in te vul

3.4.5.6 [LU 3.5]

Individuele opdrag

1. Voltooi die onderstaande tabel eerlik en akkuraat.

Hoeveel tyd (ure of minute) spandeer jy daaglik aan die volgende?

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrydag
Huiswerk					
TV kyk					
Gesinsetes					
Sosiaal					
Internet					
Lees					
Stokperdjies					
Sport					
Huistakies					
Slaap					
Ander					

Table 3.4

1. Skryf nou in 'n ander kleur ink of kleurpotlood hoeveel tyd jy dink jy aan elke aktiwiteit behoort te spandeer. Indien daar groot verskille is, moet jy dalk met 'n opvoeder of jou ouers gaan praat om te kyk of jy nie jou tyd beter kan bestuur nie. Indien jy 0 minute in enige van die tabelle ingevul het, moet jy ook meer dink en raad soek.
2. Vergelyk nou jou tabel met dié van 'n maat en bespreek die verskille in gebruik van tyd in julle tabelle.

3.4.6 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 3
Persoonlike ontwikkelingDie leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te brei ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
<i>continued on next page</i>

<ul style="list-style-type: none"> • oor sy/haar eie vermoëns, aanleg, belangstellings en sterk punte, asook selfbeeld, besin;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik hoe om in verskillende situasies op groepdruk te reageer;
<ul style="list-style-type: none"> • deernis toon deur vir mense en diere om te gee;
<ul style="list-style-type: none"> • die vaardigheid toon om in verskillende konfliktsituasies die vrede te behou en as bemiddelaar op te tree;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik wat geleer is deur oor eie ervaring met betrekking tot selfbestuursvaardighede na te dink;
<ul style="list-style-type: none"> • ‘n verskeidenheid probleemoplossings-vaardighede vir verskillende kontekste beskryf en kies.

Table 3.5

3.5 Probleemoplossing⁵

3.5.1 LEWENSORIËNTERING

3.5.2 Graad 6

3.5.3 PERSOONLIKE ONTWIKKELING

3.5.4 Module 14

3.5.5 Probleemoplossing

Hierdie is ‘n pretoefening waar leerders ook hulle drama- en kunstalente kan inspan.

3.5.6 Aktiwiteit 1:

3.5.7 Om ‘n poppekasvertoning aan te bied wat handel oor probleemoplossing

3.5.8 [LU 3.6]

Groepopdrag

Elke groep hou ‘n poppekasvertoning vir die res van die klas. ‘n Maklike manier om handpoppe te maak is om ‘n ou sokkie te gebruik en ‘n gesiggie daarop te verf met materiaalverf of filtpenne. ‘n Mens kan ook

⁵This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28784/1.1/>>.

maklik ore, hare of 'n hoed aan die kous vaswerk. Eenvoudige "klere" soos 'n das of mantel kan om die "nek" vasgebind of vasgewerk word. Vir die poppekas kan 'n groot kartondoos gebruik word wat as 'n verhoog dien. Daar kan selfs gordyntjies aangebring word. Wees kreatief!

Leerders sal voorbereidingstyd nodig hê om items van die huis af te bring en dalk ook weer die stories te gaan lees.

Onthou:

Elke groep moet een verteller hê wat die storie vertel. Die ander karakters mag wel ook praat of geluide maak. Aan die einde van die opvoering moet die verteller die les wat die storie inhou aan die gehoor verduidelik. Die verteller moet sê wat die probleem was en hoe dit opgelos is. Kommentaar of die probleem goed of sleg deur die storiekarakters hanteer is, kan ook goed te pas kom.

Elke groep trek een "storie" uit 'n papiersak:

- Die Sewe Bokkies en die Wolf
- Rooikappie
- Sneeuwitjie en die Sewe Dwerpies
- Die Drie Varkies
- Gouelokkies en die Drie Bere
- Aspoestertjie
- Die Slapende Skone

- Jan en die Boontjierank

Die opvoeder kan ook ander stories gebruik. Afrika- en ander legendes kan net so suksesvol aangewend word.

3.5.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 3
Persoonlike ontwikkelingDie leerder is in staat om verworwe lewensvaardighede te gebruik om persoonlike potensiaal te verwesenlik en uit te brei ten einde doeltreffend op uitdagings in sy/haar wêreld te reageer.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
<ul style="list-style-type: none"> • oor sy/haar eie vermoëns, aanleg, belangstellings en sterk punte, asook selfbeeld, besin;
<i>continued on next page</i>

<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik hoe om in verskillende situasies op groepdruk te reageer;
<ul style="list-style-type: none"> • deernis toon deur vir mense en diere om te gee;
<ul style="list-style-type: none"> • die vaardigheid toon om in verskillende konfliktsituasies die vrede te behou en as bemiddelaar op te tree;
<ul style="list-style-type: none"> • verduidelik wat geleer is deur oor eie ervaring met betrekking tot selfbestuursvaardighede na te dink;
<ul style="list-style-type: none"> • 'n verskeidenheid probleemoplossings-vaardighede vir verskillende kontekste beskryf en kies.

Table 3.6

Chapter 4

Kwartaal 4

4.1 Gimnastiese bewegings¹

4.1.1 LEWENSORIËNTERING

4.1.2 Graad 6

4.1.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.1.4 Module 16

4.1.5 GIMNASTIESE BEWEGINGS

4.1.6 Aktiwiteit 1:

4.1.7 Om 'n reeks gimnastiese bewegings uit te voer

4.1.8 [LU 4.2]

Gimnastiese aktiwiteite

'n **Reeks gimnastiese bewegings** bied 'n ideale geleentheid vir individuele assessering.

Material: Gimnastiekmatte en enige ander gimnastiekapparaat maak die moontlikhede waaruit leerders kan kies, groter. Leerders spandeer die eerste 15 minute van die lesperiode om hulle reeks uit te werk en in te oefen. Die opvoeder moet raad en bystand gee. Laat ruimte vir persoonlike kreatiwiteit.

Elke leerder moet 'n reeks gimnastiese bewegings voorberei wat die volgende dek:

- a) Aanvang
- b) Vooroorrol
- c) Wawiel (cartwheel)
- d) $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ of 360° draai
- e) Eiekeusebeweging/posisie
- f) Afsluiting

Binne hierdie bewegings moet daar gelet word op vormverandering, spoed en rigting. Daar moet ook aandag gegee word aan balans. Aspekte wat geassesseer kan word, is:

¹This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28807/1.1/>>.

- Akkuraatheid by die uitvoering van die bewegings
- Liggaamshouding
- Vloeiendheid binne die uitvoering van die reeks.

Kriteria vir assessering ('n Punt uit 10):

(Een punt word vir elke fout afgetrek)

- Voldoen aan die opdrag
- Vloeiendheid
- Posisies moet gehandhaaf word vir ongeveer vier tellings
- Tydsberekening
- Akkuraatheid

LW: Met die vooroorrol is die volgende aspekte belangrik:

- Leerders se hande moet in 'n plat posisie gebruik word en nie in 'n vuus geklem word nie.
- Die kop moet deurgaans ingebuig wees (ken op bors).
- Sommige leerders sukkel om regop te kom na die rol en moet opgehelp word.

LW: Met die wawiel (cart wheel) is die volgende aspekte belangrik:

- Om leerders se veiligheid te verseker of onseker leerders te help, kan die opvoeder agter die leerders staan wanneer hy/sy die beweging uitvoer.
- Die opvoeder plaas sy/haar regterhand op die linkerheup van die leerder wanneer hy die rotasiebeweging doen.

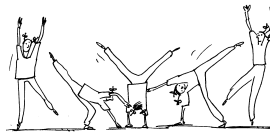


Figure 4.1

4.1.9 LW: Indien die kopsprong (kopwip) aangebied word as 360 grade-beweging, is die volgende belangrik:

- Dit kan op die vloer uitgevoer word, maar dit is wel makliker om dit op 'n stellasieloks te doen.
- Die opvoeder behoort die leerder te ondersteun deur een hand onder sy naaste skouer te plaas en die ander hand onder die lae rug.
- Laat leerders eers die halfdraai-balansposisie oefen en bemeester voordat hulle die volledige beweging uitvoer.



Figure 4.2

4.1.10 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 4
LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
4.1 toepaslike begrippe in 'n verskeidenheid slaan-en veldwerkspeletjies toepas;
4.2 verfynde bewegingsreekse (-sekwensies) waarin verandering van vorm, spoed en rigting deur gimnastiese aksies beklemtoon word, demonstreer;
4.3 deelneem aan 'n fiksheidsprogram wat ontwerp is om spesifieke aspekte van fiksheid te ontwikkel;
4.4 ritmiese bewegingspatrone met koördinasie en beheer uitvoer;
4.5 basiese noodhulp in verskillende situasies toepas.

Table 4.1

4.2 Die fiksheidprogram²

4.2.1 LEWENSORIËNTERING

4.2.2 Graad 6

4.2.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.2.4 Module 17

4.2.5 Die Fiksheidsprogram

4.2.6 Aktiwiteit 1:

4.2.7 Om 'n fiksheidsprogram te volg

4.2.8 [LU 4.3]

AAPSTREKE

- Leerders ontvang elkeen die karikatuurfiksheidsprogram.
- Oefeninge en bewegings daaruit kan gebruik word tydens die lesperiode, maar leerders moet aangemoedig word om dit as 'n persoonlike fiksheidsprogram by die huis te volg.
- Veral die aërobiese oefeninge moet deel wees van 'n tuis- of buitemuurse program.

4.2.8.1 Opwarmingsoefeninge



Figure 4.3

Sy-buig



Figure 4.4

Torso-draai

²This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28808/1.1/>>.



Figure 4.5

Knie-lig



Figure 4.6

Kuit-rek



Figure 4.7

Armsirkels



Figure 4.8

Skêrspronge
Flink stap



Figure 4.9

4.2.8.2 Kragontwikkelingsoefeninge



Figure 4.10

Tangbeweging



Figure 4.11

Opkrulle



Figure 4.12

Regopsitte



Figure 4.13

Rugbuig



Figure 4.14

Muursit



Figure 4.15

Hurk

**Figure 4.16**

Eenbeenlig

**Figure 4.17**

Armdraai

**Figure 4.18**

Weermagkrag

**Figure 4.19**

Optrekke

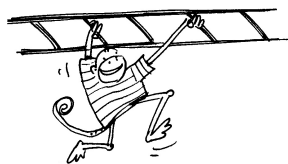


Figure 4.20

Leeroefeninge



Figure 4.21

Opstote

4.2.8.3 Aërobiese oefeninge



Figure 4.22

Draf



Figure 4.23

Sokker



Figure 4.24

Netbal



Figure 4.25

Fietsry



Figure 4.26

Swem



Figure 4.27

Flink stap



Figure 4.28

Touspring

4.2.8.4 Afkoel-oefeninge



Figure 4.29

Kuit-rek

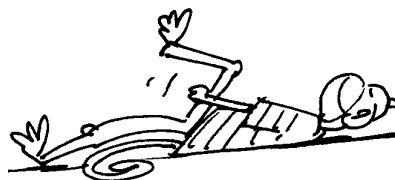


Figure 4.30

Dy-strek



Figure 4.31

Tone-raak



Figure 4.32

Beentrek



Figure 4.33

Arm-skouerstrek



Figure 4.34

Arm-systrek

4.2.9 Assessering

Leeruitkomstes (LUs)
<i>continued on next page</i>

LU 4
LIGGAAMLKE ONTWIKKELING EN BEWEGING Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
4.1 toepaslike begrippe in 'n verskeidenheid slaan-en veldwerkspeletjies toepas;
4.2 verfynde bewegingsreekse (-sekwensies) waarin verandering van vorm, spoed en rigting deur gimnastiese aksies beklemtoon word, demonstreer;
4.3 deelneem aan 'n fiksheidsprogram wat ontwerp is om spesifieke aspekte van fiksheid te ontwikkel;
4.4 ritmiese bewegingspatrone met koördinasie en beheer uitvoer;
4.5 basiese noodhulp in verskillende situasies toepas.

Table 4.2

4.3 Gimnastiese bewegings³

4.3.1 LEWENSORIËNTERING

4.3.2 Graad 6

4.3.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.3.4 Module 16

4.3.5 GIMNASTIESE BEWEGINGS

4.3.6 Aktiwiteit 1:

4.3.7 Om 'n reeks gimnastiese bewegings uit te voer

4.3.8 [LU 4.2]

Gimnastiese aktiwiteite

'n Reeks gimnastiese bewegings bied 'n ideale geleentheid vir individuele assessering.

Materiaal: Gimnastiekmatte en enige ander gimnastiekapparaat maak die moontlikhede waaruit leerders kan kies, groter. Leerders spandeer die eerste 15 minute van die lesperiode om hulle reeks uit te werk en in te oefen. Die opvoeder moet raad en bystand gee. Laat ruimte vir persoonlike kreatiwiteit.

Elke leerder moet 'n reeks gimnastiese bewegings voorberei wat die volgende dek:

- Aanvang
- Vooroorrol
- Wawiel (cartwheel)
- $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ of 360° draai
- Eiekeusebeweging/posisie
- Afsluiting

³This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28788/1.1/>>.

Binne hierdie bewegings moet daar gelet word op vormverandering, spoed en rigting. Daar moet ook aandag gegee word aan balans.

Aspekte wat geassesseer kan word, is:

- Akkuraatheid by die uitvoering van die bewegings
- Liggaamshouding
- Vloeiendheid binne die uitvoering van die reeks.

Kriteria vir assessering ('n Punt uit 10):

(Een punt word vir elke fout afgetrek)

- a) Voldoen aan die opdrag
- b) Vloeiendheid
- c) Posisies moet gehandhaaf word vir ongeveer vier tellings
- d) Tydsberekening
- e) Akkuraatheid

LW: Met die vooroorrol is die volgende aspekte belangrik:

- Leerders se hande moet in 'n plat posisie gebruik word en nie in 'n vuus geklem word nie.
- Die kop moet deurgaans ingebuig wees (ken op bors).
- Sommige leerders sukkel om regop te kom na die rol en moet opgehelp word.

LW: Met die wawel (cart wheel) is die volgende aspekte belangrik:

- Om leerders se veiligheid te verseker of onseker leerders te help, kan die opvoeder agter die leerders staan wanneer hy/sy die beweging uitvoer.
- Die opvoeder plaas sy/haar regterhand op die linkerheup van die leerder wanneer hy die rotasiebeweging doen.

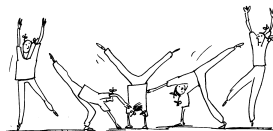


Figure 4.35

4.3.9 LW: Indien die kopsprong (kopwip) aangebied word as 360 grade-beweging, is die volgende belangrik:

- Dit kan op die vloer uitgevoer word, maar dit is wel makliker om dit op 'n stellasieboks te doen.
- Die opvoeder behoort die leerder te ondersteun deur een hand onder sy naaste skouer te plaas en die ander hand onder die lae rug.
- Laat leerders eers die halfdraai-balansposisie oefen en bemeester voordat hulle die volledige beweging uitvoer.



Figure 4.36

4.3.10 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 4
LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
4.1 toepaslike begrippe in 'n verskeidenheid slaan-en veldwerkspeletjies toepas;
4.2 verfynde bewegingsreekse (-sekwensies) waarin verandering van vorm, spoed en rigting deur gimnastiese aksies beklemtoon word, demonstreer;
4.3 deelneem aan 'n fiksheidsprogram wat ontwerp is om spesifieke aspekte van fiksheid te ontwikkel;
4.4 ritmiese bewegingspatrone met koördinasie en beheer uitvoer;
4.5 basiese noodhulp in verskillende situasies toepas.

Table 4.3

4.4 Ritmiese beweging en patroonformasie⁴

4.4.1 LEWENSORIËNTERING

4.4.2 Graag 6

4.4.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.4.4 Module 18

4.4.5 Ritmiese beweging en patroonformasie

4.4.6 Aktiwiteit 1:

4.4.7 Om ritmiese bewegings en patroonformasie uit te voer

4.4.8 [LU 4.4]

Die Monsterdans

Materiaal: Bandspeler met kassette of CD's. (Leerders kan aangemoedig word om hulle eie musiek te voorsien.)

- Die leerders word in gelyke groepe van 8 -12 gedeel.
- Die opdrag is om 'n "monster" te vorm, saamgestel uit die liggame van die leerders.
- Leerders kry 10 minute om die "monster"-samestelling en sy-dans uit te werk.
- As daar bv. 12 leerders is, mag daar net agt "pote" aan die vloer raak, d.w.s. van die leerders sal op die ander se skouers of rûe moet ry.
- Die "monster" moet ten minste drie meter ver kan beweeg.
- Die bewegings moet gekoördineerd en op maat van die musiek uitgevoer word.
- Die "monsters" kry geleentheid om hulle dans om die beurt uit te voer.
- Die klas kan stem vir die beste "monster". (Koördinasie en kontrole is belangrike aspekte wat in aanmerking geneem moet word vir assessering.)

4.4.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
LU 4
LIGGAAMLIKE ONTWIKKELING EN BEWEGING Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.
Assesseringstandaarde(ASe)
<i>continued on next page</i>

⁴This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28809/1.1/>>.

Dit is duidelik wanneer die leerder:
4.1 toepaslike begrippe in 'n verskeidenheid slaan-en veldwerkspelletjies toepas;
4.2 verfynde bewegingsreekse (-sekwensies) waarin verandering van vorm, spoed en rigting deur gimnas-tiese aksies beklemtoon word, demonstreer;
4.3 deelneem aan 'n fiksheidsprogram wat ontwerp is om spesifieke aspekte van fiksheid te ontwikkel;
4.4 ritmiese bewegingspatrone met koördinasie en beheer uitvoer;
4.5 basiese noodhulp in verskillende situasies toepas.

Table 4.4

4.5 Nuwejaar⁵

4.5.1 LEWENSORIËNTERING

4.5.2 Graad 6

4.5.3 FISIESE ONTWIKKELING EN BEWEGING

4.5.4 Module 19

4.5.5 Noodhulp in verskeie situasies

4.5.6 Aktiwiteit 1:

4.5.7 Om d.m.v. rolspel noodhulp in verskeie situasies uit te beeld

4.5.8 [LU 4.5]

Rolspel

Die leerders word in groepies van 4 - 6 ingedeel en elke groep trek 'n papiertjie met 'n onderwerp uit 'n sakkie. Die onderwerpe sluit verskeie noodsituasies in, bv. brandwonde, slangbyt, verdrinking, motorongelukke, blootstelling aan gifstowwe, ens.

Met leiding van die onderwyser moet hulle die noodsituasie uitbeeld en dan die “beseerde/s” korrek behandel. Noodhulpgidse kan aan die leerders uitgedeel word.

Na afloop van elke situasie moet leerders en die onderwyser korrekte of foutiewe optrede in die hantering van die situasie bespreek. Dit is belangrik dat die rolspel nie ontaard in 'n grappige situasie nie, maar dat die erns daarvan, wat moontlik eendag werklik kan opduik, sterk onder die leerders se aandag gebring word.

Wenk:

Die plaaslike noodhulpliga of polisie is gewoonlik bereid om 'n lesing-demonstrasie vir die leerders aan te bied.

4.5.9 Assessering

Leeruitkomstes(LUs)
<i>continued on next page</i>

⁵This content is available online at <<http://cnx.org/content/m28810/1.1/>>.

LU 4
LIGGAAMLIGE ONTWIKKELING EN BEWEGING Die leerder is in staat om begrip te toon vir en deel te neem aan aktiwiteite wat beweging en liggaamlike ontwikkeling bevorder.
Assesseringstandaarde(ASe)
Dit is duidelik wanneer die leerder:
4.1 toepaslike begrippe in 'n verskeidenheid slaan-en veldwerkspeletjies toepas;
4.2 verfynde bewegingsreekse (-sekwensies) waarin verandering van vorm, spoed en rigting deur gimnastiese aksies beklemtoon word, demonstreer;
4.3 deelneem aan 'n fiksheidsprogram wat ontwerp is om spesifieke aspekte van fiksheid te ontwikkel;
4.4 ritmiese bewegingspatrone met koördinasie en beheer uitvoer;
4.5 basiese noodhulp in verskillende situasies toepas.

Table 4.5

Attributions

Collection: *Lewensorientering Graad 6*

Edited by: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/col11001/1.1/>

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "toevoeging van bymiddels tot voedsel"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m28536/1.1/>

Pages: 1-4

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Omgewingsprobleme"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m28547/1.1/>

Pages: 4-7

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "HIV en Vigs: 'n oordraagbare siekte"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m28562/1.1/>

Pages: 7-9

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Mishandeling en geweld"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m28491/1.1/>

Pages: 9-11

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Die regte en pligte van SA kinders"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m28660/1.1/>

Pages: 13-15

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Die betekenis en waarde van 'n nasionale dag"

By: Siyavula Uploaders

URL: <http://cnx.org/content/m28663/1.1/>

Pages: 15-16

Copyright: Siyavula Uploaders

License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Geslagsdiskriminasie in skole"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28690/1.1/>
Pages: 17-18
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Deurgangsrates"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28742/1.1/>
Pages: 18-20
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Menswaardigheid in verskeie gelowe in SA"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28764/1.1/>
Pages: 20-22
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Om 'n onderhoud te voer"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28780/1.1/>
Pages: 23-25
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Groepdruk en hantering daarvan"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28781/1.1/>
Pages: 25-27
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Melewing met die gemeenskap en diere"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28782/1.1/>
Pages: 27-29
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Onderhandelings en bemiddelingsvaardighede"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28783/1.1/>
Pages: 29-32
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Probleemoplossing"
By: Siyavula Uploaders
URL: <http://cnx.org/content/m28784/1.1/>
Pages: 32-34
Copyright: Siyavula Uploaders
License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Gimnastiese bewegings"
 By: Siyavula Uploaders
 URL: <http://cnx.org/content/m28807/1.1/>
 Pages: 35-37
 Copyright: Siyavula Uploaders
 License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Die fiksheidprogram"
 By: Siyavula Uploaders
 URL: <http://cnx.org/content/m28808/1.1/>
 Pages: 38-47
 Copyright: Siyavula Uploaders
 License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Gimnastiese bewegings"
 By: Siyavula Uploaders
 URL: <http://cnx.org/content/m28788/1.1/>
 Pages: 47-49
 Copyright: Siyavula Uploaders
 License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Ritmiese beweging en patroonformasie"
 By: Siyavula Uploaders
 URL: <http://cnx.org/content/m28809/1.1/>
 Pages: 50-51
 Copyright: Siyavula Uploaders
 License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

Module: "Nuwejaar"
 By: Siyavula Uploaders
 URL: <http://cnx.org/content/m28810/1.1/>
 Pages: 51-52
 Copyright: Siyavula Uploaders
 License: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

About Connexions

Since 1999, Connexions has been pioneering a global system where anyone can create course materials and make them fully accessible and easily reusable free of charge. We are a Web-based authoring, teaching and learning environment open to anyone interested in education, including students, teachers, professors and lifelong learners. We connect ideas and facilitate educational communities.

Connexions's modular, interactive courses are in use worldwide by universities, community colleges, K-12 schools, distance learners, and lifelong learners. Connexions materials are in many languages, including English, Spanish, Chinese, Japanese, Italian, Vietnamese, French, Portuguese, and Thai. Connexions is part of an exciting new information distribution system that allows for **Print on Demand Books**. Connexions has partnered with innovative on-demand publisher QOOP to accelerate the delivery of printed course materials and textbooks into classrooms worldwide at lower prices than traditional academic publishers.